

Circuito de Prevenção de Quedas do Centro Hospitalar Universitário de Lisboa Central, E.P.E.

Anabela Correia;^{1,2} Ana Paula Pereira;¹ Bruno Mendes;¹ Carlos Caldeira;¹ Guilherme Ferreira-Dos-Santos;¹ Inês Rodrigues;¹ Íris Domingos;¹ Luís Horta;¹ Pedro Soares Branco.^{1,3}

(1) - Especialidade de Medicina Física e Reabilitação, Centro Hospitalar Universitário de Lisboa Central. Lisboa, Portugal [PT]; (2) - Escola Superior de Tecnologia de Saúde de Lisboa, Instituto Politécnico de Lisboa. Lisboa, Portugal [PT]; (3) - NOVA Medical School, Universidade NOVA de Lisboa. Lisboa, Portugal [PT].

OBJETIVOS DO PROJETO: O Circuito de Prevenção de Quedas do CHULC pretende, a longo prazo, identificar, tratar e reavaliar todos os indivíduos da área de influência do CHULC, com idade igual ou superior a 65 anos, com risco moderado a elevado de queda e fratura (considerando uma área de influência com cerca de trezentos mil habitantes, com uma taxa de 20,85% da população alvo com idade igual ou superior a 65 anos, de acordo com os dados demográficos nacionais mais recentes, de 2016).

METODOLOGIA: **Primeira etapa:** os doentes observados em qualquer consulta do CHULC ou do ACES Lisboa Central, com suspeita clínica de perturbação do equilíbrio, são referenciados para a Consulta Externa (CE) de Posturologia do Serviço de Medicina Física e Reabilitação do CHULC. **Segunda etapa:** Na CE de Posturologia são identificados os doentes com risco moderado a elevado de queda e fratura, através de testes clínicos, escalas de avaliação subjetiva e objetiva e avaliação em plataforma computadorizada (Neurocom®). **Terceira etapa:** os doentes observados na CE de Posturologia, com risco elevado de queda e fratura, são incluídos num programa de intervenção que inclui um plano de 12 sessões de treino do equilíbrio, para o doente, e 2 sessões de ensino de medidas de prevenção de quedas, para o doente e um familiar/cuidador; os doentes com risco elevado de queda e risco moderado de fratura são incluídos num programa de intervenção que inclui 1 sessão de ensino de exercícios a realizar no domicílio e 2 sessões de ensino de medidas de prevenção de quedas. **Quarta etapa:** os doentes que integraram o plano de intervenção com treino do equilíbrio são reavaliados na CE de Posturologia.

ESTIMATIVA DE CUSTOS ANUAIS DIRETOS: Durante o primeiro ano de funcionamento (2017), a implementação do Circuito de Prevenção de Quedas imputou ao CHULC custos diretos estimados na ordem dos 15 100€ (quinze mil e cem euros). Desta estimativa exclui-se o custo associado à obtenção de uma plataforma de forças computadorizada (Neurocom®).



FIGURAS 1 & 2: Fotografias ilustrativa de uma sessão de ensino de prevenção de quedas, com a presença de uma doente e uma familiar cuidadora, sob supervisão de uma terapeuta.



Scan me

FIGURA 3: Código QR com um vídeo ilustrativo de alguns dos exercícios realizados pelos doentes nas sessões de treino do equilíbrio, sob supervisão de um fisioterapeuta do Serviço de MFR do CHULC. Use uma aplicação de leitura de códigos QR para ter acesso ao conteúdo do vídeo em qualquer dispositivo móvel. Disclaimer incluído na descrição do próprio vídeo.

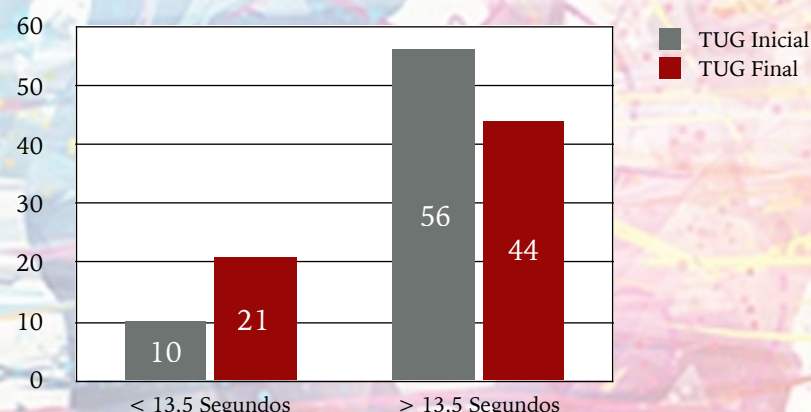


GRÁFICO 1: Variação do tempo de realização do teste *Timed Up & Go* (TUG), pré versus pós-tratamento, no grupo de doentes tratados no Circuito de Prevenção de Quedas do CHULC (atualizado à data de Outubro de 2018).

RESULTADOS OBTIDOS: Durante o primeiro ano de funcionamento, 90% dos 66 doentes que integraram o Circuito de Prevenção de Quedas do CHULC diminuíram o tempo de realização do teste *Timed Up & Go* (TUG). Destes, 35% melhoraram a performance neste teste em mais de 4 segundos, um valor associado a uma melhoria clínica da capacidade funcional. A estabilidade postural melhorou em 50% dos doentes incluídos no projecto, quando avaliada pelo Teste Clínico Modificado de Interação Sensorial no Equilíbrio..

CONCLUSÃO: O Circuito de Prevenção de Quedas do CHULC é um projeto pioneiro no panorama do Sistema Nacional de Saúde, que utiliza indicadores e medidas de eficácia clínicas e computadorizadas para minorar o risco de queda e fratura em indivíduos idosos. A curto e longo prazos este projeto contribuirá para a melhoria dos cuidados de saúde prestados e para a diminuição dos custos diretos e indiretos associados às quedas acidentais na população idosa ambulatoria da comunidade.

Com um custo anual estimado em cerca de 15 100€ (quinze mil e cem euros) durante o primeiro ano de implementação, o Circuito de Prevenção de Quedas do CHULC representa um investimento vantajoso para o CHULC, quer pelo efeito substancial que tem no aumento da qualidade de vida e na sobrevivência livre de doença da população idosa, quer pelos custos diretos e indiretos associados ao fenómeno das quedas na população idosa que este projeto permite diminuir ou suprimir.